

第11回

# 目の健康講座

「第11回目の健康講座」が7日、大阪市北区の毎日新聞オーバルホールであった。大阪医科大学の池田恒彦教授が「加齢と眼」をテーマに講演。情報の8割が入ってくるとされる目について、人生100年時代といわれる中いかに向き合っていくべきか、参加者約300人が熱心に聴き入った。また希望者に対する無料相談会も行われた。【大道寺峰子】



大阪府眼科医会会長  
佐堀彰彦さん

## 正しい情報わかりやすく

身近な目の病気を知ってもらおうと、毎年この時期に市民の方々を対象にした講座を開催してきました。11回目の今年は、網膜硝子体の手術が専門の池田恒彦先生

に、最新の治療などについてわかりやすくお話しいただきます。この機会に、正しい情報を身につけて今後の健康な生活に役立ててほしいと思います。

Q 飛蚊症の症状があるが、治療法や注意すべき点は？  
坂口 実際は存在しないのに、視野に点や線のようなものが見えるのが飛蚊症です。飛蚊症には病的なもの、生理的のもの2種類があります。ほとんどが生理的なもので、治療法はありません。ただ病的なもの可能性もあるもので、一度は受診してみてください。特に数個程度だったものが、100個以上も急激に増えたり、視野周辺に暗い部分が広がったりする場合は注意してください。  
Q 加齢黄斑変性で3カ月に1回検査を受けている。普段の生活

### 質疑応答

**回答者**  
池田恒彦さん—大阪医科大学眼科学教室教授  
坂口裕和さん—大阪府眼科医会副会長  
宮澤裕之さん—大阪府眼科医会理事  
司会は大阪府眼科医会学術担当理事、山田晴彦さん

## 加齢黄斑変性 乾性、湿性の2種



宮澤裕之さん



坂口裕和さん

で気をつけることや、サプリメントなどがあれば教えてほしい。  
坂口 加齢黄斑変性には、視力が悪くなりやすいウェットタイプと、進行が緩やかなドライタイプがあります。3カ月に1回の受診だとドライタイプの可能性が高く、このタイプの場合、ウェットタイプに急に変わることがあるので注意が必要です。急に症状が悪化するようなことがあれば、検査の日を待たず受診してください。進行にかかわるものにはほころがあるもので、禁煙を心掛けてください。

## レンズの焦点も大事 白内障手術



山田晴彦さん

Q 白内障の手術を受けた人、老眼鏡が必要な人と、必要ない人がいるのはなぜ？  
池田 白内障の手術で入れるレンズは基本的に単焦点レンズなので、どこにピントを合わせるかで違ってくる。遠くにピントを合わせるのと、近くは老眼鏡が必要になります。最近が多焦点眼内レンズも出てきていますが、全体的なコンラストは落ちます。医療保険適用外のため高額な割に見つら

またサプリメントについては、有効性が確認されている薬と違い、有効性が確立されたものはありません。欧米で、病状の悪化が弱まったといった報告があります。日本人に効果があるかどうかは不明です。比較的高価なものもあり、自己責任で摂取してください。日本の先生は紹介程度で、必ず買って飲んでくださいとは言わないと思います。  
Q 高年齢者が白内障手術をする際の注意点や、目の健康を守るためにすべきことは？  
宮澤 白内障の手術は極めて安全で、高齢だからといって手術を受けるのをためらう必要はありません。ただ高齢の方は、高血圧や糖尿病などの全身疾患や白内障以外の眼科疾患を合併している場合もありますので、注意が必要です。年齢に関わらず、どのタイミングで手術を受けるべきか、悩むところだと思いますが、生活にどの程度支障が出ているかが大きなポイントになります。目の健康を守るためには、目に関する何を何でも気軽に相談できる「眼科のかかりつけ医」を持つことがこれからは重要だと思います。

## 相談しやすい「かかりつけ医」を

いといった不満もよく耳にします。万能ではないので、希望される場合は主治医の先生とよく相談してみてください。  
Q がん治療の目への影響は？  
池田 角膜が傷んで、涙が出やすいなど抗がん剤による目への副作用はあります。また、目に近いところの腫瘍で放射線を照射した場合も、放射線白内障や放射線網膜症などの症状が出る場合があります。何か症状があれば、眼科や主治医にご相談ください。  
Q 高齢者が白内障手術をする際の注意点や、目の健康を守るためにすべきことは？  
宮澤 白内障の手術は極めて安全で、高齢だからといって手術を受けるのをためらう必要はありません。ただ高齢の方は、高血圧や糖尿病などの全身疾患や白内障以外の眼科疾患を合併している場合もありますので、注意が必要です。年齢に関わらず、どのタイミングで手術を受けるべきか、悩むところだと思いますが、生活にどの程度支障が出ているかが大きなポイントになります。目の健康を守るためには、目に関する何を何でも気軽に相談できる「眼科のかかりつけ医」を持つことがこれからは重要だと思います。

# 人生100年 明るく送る

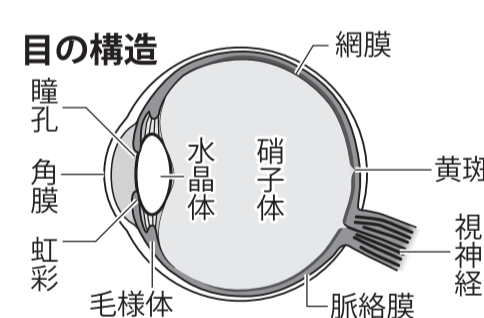


## 講演 加齢と眼

いけだ・つねひこ 慶応大医学部卒。米国ミシガン大留学、京都府立医科大学眼科助教授などを経て、1999年から現職。

野が狭くなるなどの症状が出来ます。目の内側の水(房水)の流れが悪くなり、眼圧が高まることなどで起こります。ただ、以

期発見、早期治療が重要です。しかし実際は緑内障で視野が狭くなっているのに、気づかず



加齢黄斑変性も最近、日本人に非常に増えている病気です。ものがゆがんで見え、進行すると視野の中心が見えなくなりま

## 糖尿病患者は網膜症リスク

がでます。血管から漏れ出た脂質が網膜にたまり硬性白斑というシミができることもありま

大阪医大眼科学教室教授 池田恒彦さん

前回は眼圧が高いことが緑内障の診断根拠でしたが、疫学調査の結果、日本人には眼圧が高くないタイプの正常眼圧緑内障が多いことが分かっています。

最後に注意すべき網膜の病気として、黄斑上膜について説明します。失明するような怖い病気ではありませんが、加齢黄斑変性と同じように、ものがゆがんで見え、混同されがちです。症状が進行すると硝子体手術を行います。手術をすべきかどうかは主治医の先生とよく相談するようにしてください。